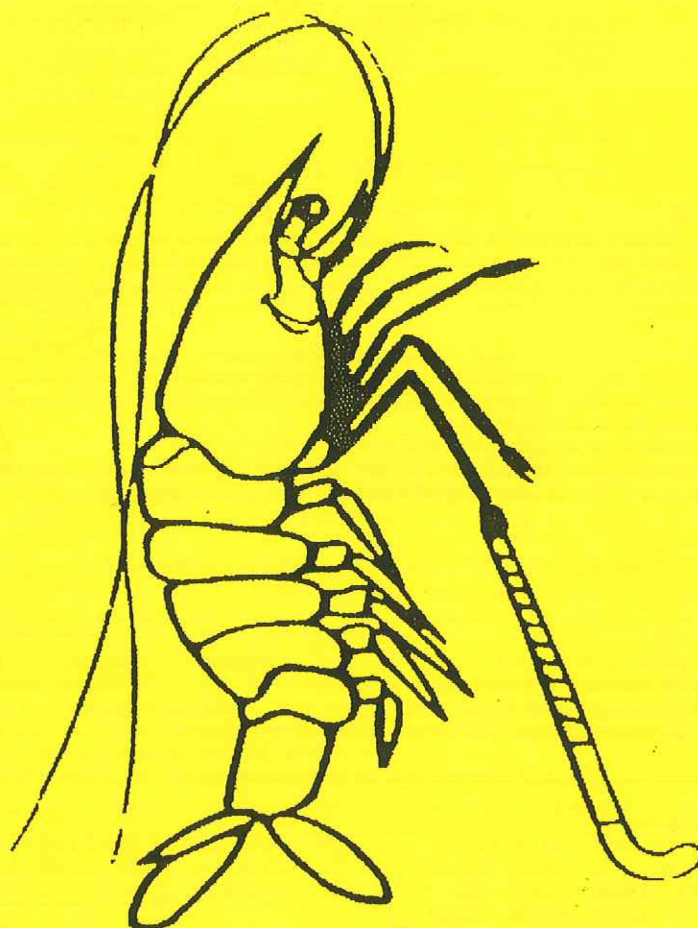
De Garnael

Flyer van de Zandvoortsche Hockey Club



www.zandvoort.hockeynet.nl

garnael@hockeynet.nl

Club informatie			
Adres	Duintjesveldweg 1 tel.: 023-5715767	Redactie:	Gert Jan Cense Gillis Kok
Postadres:	Zandvoortsche Hockey Club Postbus 455 2040 AL Zandvoort	E-mail:	garnael@hockeynet.nl
		Informatie	Mocht u in deze Garnael niet vinden wat u zoekt, kijk dan op onze website: www.zandvoort.hockeynet.nl
Rabobank: Postbank:	rek. nr. 32.63.49.650 rek. nr. 33.67.60 t.n.v. Penningmeester Z.H.C.		

Beste Leden,
Afgelopen weekend was het weer eens goed toeven op de Zandvoortsche H.C. Het werd een historisch drukke maar zeker ook gezellige competitiedag. Vanaf 11:00 uur in de ochtend tot laat in de middag werd er, door onze seniorenteams, op de velden van Zandvoort een balletje geslagen.

Ook het weer was zeer aangenaam te noemen, waardoor menig supporter in de zon kon genieten van een hapje en een drankje. In de loop van de middag werd het geheel spontaan omgetoverd tot een klein thé-dansant (bedankt Norbert!). En zoals gebruikelijk op de ZHC is er tot laat in de avond door gefeest.

Ook aankomend weekend staat er een "special" op het programma. Heren 2 mag aantreden tegen Heren 3 (of is het nu andersom??). Laten we er maar vanuit gaan dat het gezellig gaat worden.

Voor de rest wensen wij iedereen een sportief en gezellig hockeyweekend.

De redactie

Het hockeyweer t/m zondag
Rustig en overwegend droog weer met wolkenvelden, maar ook van tijd tot tijd zon.
Middagtemperatuur ongeveer 18 graden

Vrijdag	Zaterdag	Zondag
		
18	19	18

Trainingen Junioren
MC1 - Dinsdag - 18.00 - 19.00- Reiner
MD1 - Dinsdag - 17.00 - 18.00- Reiner
ME1 - Vrijdag - **16.00 - 17.00** - Kiki
ME2 - Vrijdag - **16.00 - 17.00** - Leonie
JB1 - Woensdag - 19.30 - 20.30 - Reiner
JD1 - Woensdag - 18.00 - 19.00 - Reiner
JE6 - Woensdag - 17.00 - 18.00 – Reiner

Wedstrijd formulieren inleveren bij:
Junioren voor zaterdag 18:00u:
Jeroen Goezinne (A,B,C),
Herbert Fens (D,E,F)
Senioren voor zondag 18:00u:
Marijke & IJsbrand Kleijhorst

Junioren Zaterdag 21 september 2002

Wedstrijd	Tijd	verzamel	type
Hurley B2 - **JB1**	16:15	15:00	KG
Strawbe C3 - **MC1**	17:00	16:00	KG
HIC 8D1 - **JD1**	10:00	9:00	KG
JE1 - VRIJ			
MD1 - Purmnd D2	10:00	9:30	KG
Bloemendl E4 - **ME1**	9:00	8:15	KG
A'dam E8 - **ME2**	10:15	9:15	KG



Rijdienst Junioren Zaterdag 21 september 2002

De ouders van:

JB1	Maarten van de Ven - Gijs Vlasman
MC1	Jaimy Koopman - Lisettev.d.Leden - Angelique Meijer - Rianne Rijnders
JD1	Huib v. Nulft - Colin Stengs
ME1	Delphine Sluisd - Phylicia Kok
ME2	**Wordt geregeld via coach**



Bar/keuken dienst Junioren Zaterdag 21 september 2002

De ouders van:

MD1 **Wordt geregeld via coach**

Ter herrinnering!!

- Ouders: Indien u verhinderd bent, dient u zelf voor vervanging te zorgen!
- De coach van het eerst spelende team haalt de kassa op bij Floris Goezinne.
- De eerste teams zetten de vlaggen uit.
- De laatste teams zetten de vlaggen binnen en vegen het clubhuis.

Senioren Zondag 22 september 2002

Wedstrijd	Tijd	verzamel	type
Weesp - H1	14:30		
ZHC H2 - ZHC H3	12:45		
Kikkers - D1	12:45		
Alkmaar C - VetA	14:30		



Mini Hockey Tips:

De meest voorkomende blessure bij hockey is een schaafwond. Meestal zitten er dan zandkorrels in de schaafwond en die moeten eruit. De hele wond maak je schoon met water, vervolgens wat Sterilon erop. LET OP: GEEN PLEISTER. De wond moet drogen aan de lucht, zoals dat heet, zodat er een net korstje op kan komen. Je kunt het drogen versnellen door er wondpoeder op te stuiven.

Als lid, of bekende, van de Zandvoortsche Hockey Club ontvangt u deze Garnael.

Als u bezwaar heeft tegen deze verzending, verzoeken wij u om contact op te nemen met de redactie van de Zandvoortsche Hockey Club: garnael@hockeynet.nl .

Deze Garnael kunt u ook digitaal (via e-mail) ontvangen. U kunt zich hiervoor inschrijven op onze website http://www.zandvoort.hockeynet.nl